(Fortsetzung)

"Leben auf unserem Planeten gründet auf Wasser und Mineralien," so Dr. Jackson Stockwell, US-amerikanischer Arzt, Autor und Klinikleiter in Salt Lake City, Utah. Er hält eine Lebensdauer von 100 bis 120 Jahren und weit ...

"Leben auf unserem Planeten gründet auf Wasser und Mineralien," so Dr. Jackson Stockwell, US-amerikanischer Arzt, Autor und Klinikleiter in Salt Lake City, Utah. Er hält eine Lebensdauer von 100 bis 120 Jahren und weit mehr, für normal.

Dr. Stockwell wurde für seine Forschung und Vorträge zum Thema Gesundheit, insbesondere zur Bedeutung von Mineralstoffen für den menschlichen Körper, sehr bekannt. Hier eine seiner bekanntesten Aussagen: "Eine ausreichende Mineralstoffversorgung ist fundamental für die Gesundheit und viele Krankheiten könnten durch eine optimale Nährstoffzufuhr vermieden werden. Unser Organismus benötigt täglich 60 verschiedene Mineralien, neben 15 Vitaminen, 12 wesentlichen Aminosäuren und 3 wesentlichen Fettsäuren."

In seinem Vortrag sagt Dr. Stockwell, dass auf der Erde mindestens fünf Kulturen bekannt seien, in denen Menschen eine Lebensdauer von 100 bis 120 Jahre hätten. Dazu gehörten die Russen Georgiens, die Einwohner Aserbaidschans, die Armenier, ein Volk am nördlichen Ural, ein kleines Volk im Osten Pakistans, eine Gruppe in West Tibet und zwei Völkergruppen aus Südamerika. Sie alle würden weit älter als 100 Jahre werden und die Männer seien auch nach ihrem 100. Lebensjahr noch voll zeugungsfähig. Was haben diese Völker außer ihrer Langlebigkeit gemeinsam?

Jedes der Völker lebe abgelegen jeglicher Zivilisation weit oben nahe der Baumgrenze in den Bergen, in einem trockenen Klima, mit sauberer Luft. "Ihr Trinkwasser sowie das Wasser zur Bewässerung der Äcker ist Gletscherwasser. Beim Rutsch der Gletscher von etwa 10 cm pro Jahr zermahlt er das Gestein unter dem Eis. In den wärmeren Zeiten des Jahres, wenn der Gletscher bis zum Gestein schmilzt, führt das Gletscherwasser zermahlenes Felsgestein mit sich und trägt es auf die Äcker der dort ansässigen Bauern. Diese Mineralien reichern sich im Boden der Menschen an.

Pflanzen verkleinern die Mineralien millionenfach. Sie entnehmen sie in metallischer (anorganischer) Form dem Boden und wandeln sie in eine organische, für den Menschen absorbierbare Form um. Eine Pflanze funktioniert wie eine Chemiefabrik, so erhalten die

Menschen auf natürliche Weise alle notwendigen Nährstoffe, die in modernen Gesellschaften als Nahrungsergänzungsmittel zugeführt werden müssen", so Dr. Stockwell.

Warum müssen Mineralstoffe sublimiert werden? Dr. Stockwell sagt: "Man könnte jeden Tag in den besten Nahrungsmittelabteilungen der besten Lebensmittelgeschäfte essen und würde dennoch mangels Mineralien verhungern, denn die Nahrungsmittel, die auf unseren ausgelaugten Böden wachsen besitzen kaum mehr einen Nährwert." Mineralien müssen deshalb sublimiert werden." Die Frage, ob nicht Mineralwasser als Lieferant für Mineralstoffe dienen kann beantwortet Dr. Stockwell mit den Worten: "Starten sie einmal folgendes Experiment: Nehmen Sie einen Liter Mineralwasser und kochen Sie es bis keine Flüssigkeit mehr vorhanden ist. An festen Bestandteilen werden sie weniger als ein Häufchen von Nadelkopfgröße vorfinden. Warum nennt man dieses Wasser dann überhaupt noch Mineralwasser?"

Zu der relativ geringen Menge an Mineralstoffen in den meisten Mineralwässern kommt auch noch das Problem der geringen Bioverfügbarkeit. Der Körper kann nur einen sehr geringen Teil der Mineralien aus dem Mineralwasser verstoffwechseln.

It's good.
to be truu.

(Fortsetzung)